MEMORIA DE ACTIVIDADES 2017

DEPORTE, EDUCACIÓN, OCIO, VOLUNTARIADO Y FAMILIAS

INDICE

GRUPO DE AUTOGESTORES **1**

CLASES DE ALFABETIZACIÓN **5**

TEATRO **8**

CLASES DE COCINA **12**

DANZATERAPIA **15**

BAILES REGIONALES **17**

CLUB DEPORTIVO **19**

BALONCESTO Y FÚTBOL SALA 19

SENDERISMO 23

IV TORNEO SOLIDARIO II JORNADAS DEPORTE Y DISCAPACIDAD **26**

GRUPO EN MARCHA **30**

CAMPAMENTO URBANO **34**

CAMPAMENTO DE VERANO **38**

SALTOS DESDE BURGOS **42**

DÍA DE LAS FAMILIAS 2017 ..... **43**

MOTOTERAPIA **45**

VOLUNTARIADO **48**

COLABORACIÓN CON LA ONGD INTERED 6.11.16 49

COLABORACIÓN CON EL INSTUTUTO DIEGO MARÍN AGUILERA 50

FERIA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA 17.09.17 51

PLATAFORMA DE VOLUNTARIADO 52

OTROS **53**

VII CONCURSO DE POSTALES DE NAVIDAD 53

MUSICAL SAFA 54

REDES SOCIALES 56

MEDIOS DE COMUNICACIÓN 58

GRUPO DE AUTOGESTORES

Se evalúan las actividades realizadas durante el curso 2016 -2017. En octubre de 2017 se retoman las reuniones para el curso 2017 – 2018.

OBJETIVOS GENERALES

- Promover la autogestión y la autodeterminación de las personas con discapacidad intelectual.
- Crear un grupo en el que cada persona disponga de su propio espacio para expresarse y manifestar sus necesidades, opiniones y deseos.
- Promover el aprendizaje y la mejora continua en este programa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Ayudar a los miembros del grupo a alcanzar mayor autonomía personal y social tanto dentro del grupo, como fuera (extensión y generalización de habilidades a otros ámbitos de la vida).
- Apoyar a los miembros del grupo en la adquisición de habilidades de comunicación y funcionamiento de grupo.
- Aumentar sus posibilidades de hablar y decidir por sí mismos/as.
- Facilitar el aprendizaje de toma de decisiones en su vida cotidiana.
- Incrementar las posibilidades de autogestión y autodeterminación de los miembros del grupo.
- Facilitar a los miembros del grupo la participación en la vida asociativa "aquí y ahora" sin cortapisas previas ni expectativas sobredimensionadas.
- Debatir sobre asuntos que les son propios.
- Aprender a participar para participar en la vida asociativa.
- Poder participar en la vida asociativa y de la comunidad.
- Ser protagonistas de su propia vida.

METODOLOGÍA

Se realizarán reuniones quincenales donde las personas participantes serán las protagonistas de las mismas, intentando así que la persona de apoyo en un principio participe de una manera más activa para posterior mente que sean las propias personas autogestoras las que dinamicen y gestionen los encuentros.

Durante los primeros meses se trabajarán habilidades de cómo participar dentro de un grupo, escucha, hablar en público, respeto, etc. Posteriormente se trabajarán por los objetivos plantados dentro del propio grupo. La participación de la personas con discapacidad se pretende que sea muy activa.

Se continúa con la dinámica del grupo autogestor creado el año pasado.

Un grupo autogestor es un lugar donde “entrenarse” y aprender a participar, a elegir y producir acciones dirigidas a ser protagonistas de tu propia vida. Para expresarte y manifestar deseos o necesidades, para oír y ser escuchados/as, donde compartir experiencias, donde las verdaderas protagonistas son las personas con discapacidad.

RECURSOS HUMANOS

Trabajadora Social de Apacid.

RECURSOS MATERIALES

Instalaciones del Foro Solidario

NECESIDADES DETECTADAS

Desde Apacid vemos necesario establecer un lugar de encuentro y de intercambio donde las personas autogestoras sean las protagonistas de sus vidas.

Muchos de los recursos y actividades que se han realizado para las personas con discapacidad tradicionalmente sitúan a estas en un lugar receptor y pasivo.

Ante ellos creamos este espacio para que sean ellas las que tomen decisiones y propongan qué es aquello que desena hacer.

La autogestión refuerza a la persona con discapacidad en su capacidad de representarse, en hacer elecciones y controlar su propia vida. Es hablar a los demás o actuar en nombre de uno mismo.

ASISTENCIA

La asistencia ha sido alta 70%, siendo la mayoría de las faltas por enfermedad o trabajo.

El número de personas que se apuntaron al inicio fueron 12. Finalmente se acabó con 10 ya que una fue expulsada porque superó las faltas permitidas y la otra se desapuntó voluntariamente.

CONTENIDO DE LAS SESIONES

<u>22 de Noviembre</u>

- Preparación encuentro de Autogestores en Melgar
- Buscar nuevo tema de trabajo

<u>28 de Noviembre</u>

- Preparación encuentro provincial de autogestores, ""Viajar está bien, tú decides".

<u>12 de Diciembre</u>

- Valoración encuentro Autogestores.
- Entrenamiento en habilidades sociales y grupales.

<u>19 de Diciembre</u>

- Se trabaja sobre el VIH

<u>16 de Enero</u>

- Se elige hablar sobre el voluntariado.

<u>1 de Febrero</u>

- Visita Oficina de Atención al voluntariado del Ayuntamiento.

19 de Febrero

- Experiencia en voluntariado en la protectora de animales y plantas de la ciudad.

27 de Febrero

- Valoración del voluntariado realizado
- Trabajar sobre la jornada lúdica que organiza la Gerencia de Servicios Sociales

1 de Marzo

- Desde la Oficina de Voluntariado imparten un curso personalizado de voluntariado al grupo.

20 de Marzo

- Valoración de la formación recibida.
- Próxima acción voluntaria en la Fundación Oxígeno, introducir tema y formación ambiental.

27 de Marzo

- Valoración encuentro con la Gerencia
- Nueva línea de trabajo

3 de Abril

- Acción de voluntariado. Limpieza de Río Fundación Oxígeno.

8 de Mayo

- Visita guiada Asociación Atalaya y explicación del voluntariado que hacen.

22 de Mayo

- Nuevo tema. Discapacidad. Conciencia de la misma.

5 de Junio

- Cómo me afecta la discapacidad en mi vida.

Voluntariado en la protectora de animales y plantas de la ciudad

Visita Oficina de Atención al Voluntariado

Trabajando en grupos

Voluntariado con la Fundación Oxígeno

Visita a la Asociación Atalaya

Formación sobre voluntariado

CLASES DE ALFABETIZACIÓN

Se evalúa el curso realizado desde octubre de 2016 a junio de 2017

OBJETIVO GENERAL

- Potenciar que el alumnado con Discapacidad Intelectual adquiriera habilidades de alfabetización para manejarse de un modo funcional y práctico en la vida diaria.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar la adquisición de un nivel de lectura que les permita su uso funcional, práctico, en las actividades diarias.
- Fomentar la extracción de ideas fundamentales de un texto. El objetivo es que conozcan y aprendan por sí mismas, solas, temas variados de carácter cultural, o general.
- Contribuir al aprendizaje del uso del dinero para que sean más independientes en la realización de las compras.
- Mejorar el conocimiento y uso del reloj con diferentes ejercicios prácticos.
- Proveer de las técnicas matemáticas necesarias que les permitan resolver de forma lógica problemas en su vida diaria.

METODOLOGÍA

Participativa con búsqueda de resultados a corto o medio plazo. Las cases se han impartido en el Centro cívico de Capiscol, cedido por el Ayuntamiento.

Tendrán una duración de una hora u hora y media, en las que se intercalaron diferentes formas de trabajo.

Una persona voluntaria es quien dirige un grupo. Este curso ha habido tres grupos de diferentes niveles.

En las clases se fomenta que el alumnado tenga un rol activo y participativo.

Son grupos abiertos a posibles incorporaciones.

RECURSOS HUMANOS

Ha habido cuatro personas voluntarias, en un grupo ha habido dos monitoras y en los otros dos una por grupo. Las cuatro han comenzado y finalizado el curso.

La coordinación se ha llevado a través de la Trabajadora Social de la entidad manteniendo un contacto fluido con el voluntariado y realizando reuniones trimestrales de evaluación.

RECURSOS MATERIALES

Se ha contado con las instalaciones cedidas por el Ayuntamiento y el Foro solidario del Centro cívico de Río Vena, y del Foro.

En estos espacios se disponía de los recursos necesarios para impartir las clases (mesas, sillas, pizarra y servicios). Se han adquirido algunos materiales necesarios desde Apacid como rotuladores, mapas y fotocopias.

NECESIDADES DETECTADAS

Se ha detectado desde que comenzó esta actividad que hay usuarios/as de Apacid que no saben leer, escribir o que tienen dificultades y quieren aprender conceptos nuevos. El alumnado demuestra interés por aprender y superarse

Debido a su falta de conocimientos, tienen dificultades para desenvolverse en si día a día (en el uso de euros, reloj, problemas matemáticos...).

ASISTENCIA

La asistencia ha variado dependiendo del grupo:

Las clases del grupo 0, han sido impartidas en su mayoría según la programación. La asistencia del alumnado ha sido muy alta de un 88,4 6%.

En el grupo 1 la asistencia ha sido muy alta de un 98.95%.

Las clases del grupo 2 se fueron impartidas por dos profesoras a partir del segundo trimestre puesto que una de ellas por su trabajo iba a tener muchas faltas así que se decidió que lo impartieran entre dos. En el primer trimestre se tuvieron que suspender por esta causa cinco clases, A partir del segundo trimestre no se suspendió ninguna clase. La asistencia ha sido de un 87.2%.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

El curso comenzó con 13 personas alumnas y finalizó con 14. La distribución por cursos fue la siguiente:

- Grupo 0: 5 personas
- Grupo 1: 4 personas
- Grupo 2: 5 personas

ANEXOS

<u>Grupos por niveles 2015 / 2016</u>

GRUPO 0	GRUPO 1	GRUPO 2
Sandra	Esperanza	Sara y Carmen
Martes 17:30h a 18:30 C.C Río Vena	Miércoles 17:30h a 18:30h C.C Río Vena	Martes 18:00h a 19:00h Foro solidario
5 Personas	4 Personas	5 Personas

Objetivos por niveles

Grupo 0	Recursos
-Aprender los números (leerlos) -Sumas sencillas -Aprender el abecedario -Aprender a leer (o juntar letras) -Euros -Utilización del reloj	-Euros -Fichas -Relojes

Grupo 1	Recursos
-Mejorar lectoescritura -Comprensión de frases escritas -Mejorar sumas y restas -Utilización de reloj -Euros -Conocimientos básicos de geografía y sociedad	-Libro -Fichas -Euros -Relojes -Fichas y material elaborado por la profesora

Grupo 2	Recursos
-Perfeccionar los conocimientos ya adquiridos -Mejorar y precisar el uso del reloj -Euros -Multiplicación y división con llevadas -Recordar y memorizar de textos -Conocimientos básicos de geografía y sociedad escritos -Redactar correctamente -Cultura general y geografía	-Fichas y material elaborado por la profesora -Euros -Relojes

TEATRO

Se evalúa el curso realizado desde octubre de 2016 a junio de 2017

OBJETIVOS GENERALES

- Fomentar la recuperación de capacidades expresivas y de relación en las personas con discapacidad intelectual a través del teatro y la dramatización.
- Desarrollar el aprendizaje de expresiones lingüísticas, corporales, plásticas y rítmico-musicales.
- Utilizar la expresión teatral como vehículo de crecimiento e integración grupal e individual.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Lograr que disfruten con las actividades o ejercicios así como con el propio proceso de la obra.
- Aumentar su espontaneidad y creatividad.
- Valorar el teatro como una posibilidad de ocio.
- Fomentar la capacidad de comprensión de mensajes verbales y no verbales participando como espectadores.
- Aumentar la capacidad de comprometerse con una actividad con un fin definido a largo plazo y con sus normas de funcionamiento.
- Lograr una mayor integración del alumnado con los recursos normalizados y/o personas relacionadas con el teatro.
- Desarrollar y expresar el imaginario de los alumnos.
- Fomentar la necesidad de expresión personal y de la comunicación de las ideas propias, superando posibles barreras.
- Sentir el propio cuerpo. Desarrollo de las percepciones sensoriales y de las destrezas motoras.
- Descubrir que todos podemos expresar desde el cuerpo que tenemos.
- Tomar conciencia de la propia voz y de sus posibilidades expresivas.
- Comunicar sensaciones y emociones a través del movimiento.
- Favorecer el desarrollo de la autonomía y el trabajo en grupo.
- Fomentar la capacidad de escucha a través de la participación como espectadores.

METODOLOGÍA

Las clases se han impartidos todos los martes en horario de 17:30h a 19:30h en el teatro del Centro cívico de Río Vena.

Durante los primeros meses se ha estado representando la obra realizada en el curso anterior. Desde el mes de enero se han ido mezclando estos juegos y dinámicas con la preparación de la nueva obra teatral. Desde marzo se ha dedicado exclusivamente a la preparación de la obra (decorados, vestuario, ensayos, caracterización de personajes…)

Se han trabajado aspectos concretos en el desarrollo de los alumnos y en función de sus posibilidades y necesidades:

- Aspectos psicofísicos: coordinación motora, concentración, ritmo, destreza y precisión psicomotriz, atención selectiva…

- Aspectos psicosociales: relaciones grupales saludables, actitudes positivas hacia si mismo y los otros, habilidades sociales…

- Aspectos emocionales: desinhibición, miedos, expresión de emociones, bloqueos…

RECURSOS HUMANOS

Seis han sido las personas monitoras que han participado en este curso, cuatro voluntarias y otra de ellas era la Trabajadora Social de la entidad. Durante el primer trimestre había 4 monitoras, en el segundo hay una baja y dos altas y en el tercero una baja por lo que se finaliza con 4 personas.

Se considera un número adecuado de monitores ya que el número de alumnado es elevado y ante la ausencia de algún monitor siempre había alguien que pudiera responder ante el grupo.

RECURSOS MATERIALES

Se ha contado con el espacio de teatro del Centro Cívico Río Vena Cedido por el Ayuntamiento de Burgos. En alguna ocasión ante la no disponibilidad de espacio en este centro se han realizado las clases en el Foro Solidario. Así mismo las reuniones mantenidas entre los monitores se han realizado en su mayoría en las instalaciones de este Centro así como en la sede que nos ha prestado Intered.

Los materiales utilizados para la elaboración de vestuario, decorados… han corrido a cargo de Apacid y de la colaboración económica de las personas participantes.

NECESIDADES DETECTADAS

Ante la falta de integración social y normalización de las personas con discapacidad intelectual en muchos de los ámbitos de su vida se considera el arte como un medio para conseguir estos objetivos.

Así mismo se observa falta de desarrollo de habilidades psicomotrices, sociales y de pensamiento creativo. La creación de hábitos de trabajo y esfuerzo y el educar en el respeto por el arte permiten integrar la variedad de preferencias y modalidades de expresión de cada persona, y conseguir una mayor normalización de la discapacidad a la cotidianeidad.

Específicamente el teatro es un espacio libre para que las personas experimenten. Un lugar para entenderse y comprender el mundo. Facilita la comunicación y la expresión libre de opiniones. Supone un trabajo integral de la persona, poniendo en juego aspectos cognitivos, corporales, emocionales y sensibles. Un espacio que nos habilita como seres completos, complejos, únicos y capaces de crear otras realidades posibles...

ASISTENCIA

La asistencia ha sido muy continuada por parte del alumnado. Ha habido un 99.2% de asistencia.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

A las 4 monitoras se les suman 17 participantes, todas finalizaron el curso.

De los 17 participantes dos personas acuden por primera vez y el resto son alumnado del curso anterior.

DESARROLLO DE LAS CLASES, TEMAS TRABAJADOS Y REPRESENTACIONES

Desde Octubre a Enero se han estado realizando diferentes dinámicas y técnicas de entrenamiento (cohesión grupal, expresión corporal, movimiento en escena, entrenamiento de voz, etc). Desde el mes de Enero se comienza con la preparación de la obra de teatro que se estrena el 4 de Junio coincidiendo con el Día de las Familias de Apacid. La obra se representa durante el curso presente pero también al inicio del curso 2016-2017.

- 4 de Junio, Día de las familias de Apacid
- 26 de Noviembre, Ongd Intered
- 16 de enero(2018), IES Diego Marín Aguilera
- 19 de Diciembre de 2017, Foro Solidario Caja de Burgos

TEMPORALIZACIÓN 2016 – 2017

- ***OCTUBRE 2016 – DICIEMBRE 2016***
  - *Ensayo y representación obra*
- ***ENERO – FEBRERO 2017***
  - ¿Cómo estamos?
  - Observación y atención.
  - Organización espacial y temporal.
  - Expresión corporal
  - Juego de distensión y vuelta la calma.
  - Merienda
  - Entrega de la obra y comienzo de introducción en los personajes
- ***MARZO - JUNIO***
  - Ensayo obra
  - Expresión corporal, improvisaciones con los personajes de la obra.
  - Ensayo obra, decorados.
  - **Elección de la obra, repartición de papeles, ensayos con guión (segunda hora)*

60 AGENDA

VIDA SOCIAL

Teatro sobre la sanidad actual

La Compañía de Teatro Dulces, formada por personas usuarias de la Asociación Apacid, interpretó ayer la obra titulada *La sanidad en crisis*, en la que a través del humor pretende denunciar algunos aspectos de la sanidad actual. Para la organización del evento, además de APACID, colaboró también otra sociedad con representación en nuestra ciudad como es INTERED. / VALDIVIELSO

Cartel y foto representación para Intered

Representación día de las familias Apacid

LUNES 5 DE JUNIO DE 2017 Diario de Burgos

VIDA SOCIAL

UNA FIESTA.

La Asociación de padres y tutores del Centro Ocupacional el Cid celebró ayer la jornada central de sus celebraciones anuales con la muestra de artes escénicas. En este foro público se exponen los trabajos de las personas con discapacidad intelectual, que han preparado durante todo el año. Lograr la integración de la persona con discapacidad intelectual en todos los órdenes de la vida personal, social, económica y cultural persiguen sus trabajos. Ayer cualquier persona pudo acudir y disfrutar de estas actuaciones viendo el progreso de lo enseñado. Terminó la jornada con una comida. / LUIS LÓPEZ ARAICO

CLASES DE COCINA

Se evalúa el curso realizado desde febrero a junio de 2017

OBJETIVOS GENERALES

- Acercar los hábitos culinarios e integrarlos a la vida activa a las personas con discapacidad. Se preparan y se ponen en práctica diversas recetas de cocina.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Favorecer el desarrollo de habilidades cognitivas propias como: atención, percepción, creatividad, lectura, cálculo, memoria...
- Potenciar la participación y el trabajo en equipo, las relaciones sociales y la colaboración.
- Fomentar el desarrollo de la autoestima, motivación, autonomía y seguridad en sí mismos, así como, la responsabilidad de sus actos.
- Impulsar la toma de decisiones de manera racional.
- Acercar los hábitos de vida saludables.
- Estimular los sentidos: gusto, tacto y olfato, principalmente.
- Aprender técnicas básicas de cocina: batir, pelar, cortar, trocear... y aplicarlas en la elaboración de menús.
- Favorecer un ambiente agradable y de disfrute continuo.
- Favorecer una dieta sana y equilibrada basada en la dieta mediterránea.

METODOLOGÍA

Ante la ausencia de personas voluntarias al comienzo del curso las clases no pudieron comenzar hasta finales de enero. Se desarrollan semanalmente en horario de 17:30h a 19:30h. Se comienza con dos grupos debido al alto número de alumnado. Pero a finales de febrero se decide hacer un solo grupo ya que hubo bajas y se vio conveniente y efectivo.

En las clases se darán herramientas a las personas asistentes para que aprendan a cocinar.

Se llevará a cabo una metodología principalmente participativa para poner en práctica lo explicado.

RECURSOS HUMANOS

Las clases han sido impartidas por una profesora voluntaria.

RECURSOS MATERIALES

Se cuenta con la instalación cedida del Espacio Joven de Gamonal, es una cocina que tiene todo lo necesario (electrodomésticos, menaje y cocina) para realizar las diferentes recetas.

NECESIDADES DETECTADAS

Existe un gran desconocimiento o falta de habilidades por parte de las personas con discapacidad que pertenecen a la Asociación de aspectos relacionados con la cocina (manipulación de alimentos, uso de electrodomésticos, tiempos de cocciones, elaboración de recetas, etc). La

sobreprotección en muchos casos unida a la falta de oportunidad ha provocado que muchas personas siendo ya adultas aún no sepan cocinar platos básicos en nuestra cocina.

ASISTENCIA

La asistencia ha sido de un 89,2%

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Comienzan en esta actividad un total de 11 personas divididas en dos grupos de 5 y 6 personas cada uno. Se producen tres bajas y un alta. Por lo que el grupo se unifica en 9 personas.

RECETAS REALIZADAS

1. Cookies
2. Patatas bravas
3. Champiñones rellenos empanados
4. Ensalada del bosque
5. Magdalenas
6. Rollitos de hojaldre
7. Nidos de espaguetis con albóndigas
8. Creps
9. Patatas rellenas de bacón y queso
10. Pincho morunos de pollo
11. Bizcocho de mandarinas
12. Tigres caseros
13. Profiteroles caseros
14. Ensalada de pasta
15. Rosquillas anís
16. Patatas a la importancia
17. Brazo Gitano de nata y yema
18. Arroz meloso con mejillones
19. Bajel serpiente
20. Torrijas al horno
21. Pastel de pescado y verduras
22. Brownies de chocolate
23. Tortilla paisana
24. Croquetas de morcilla de Burgos con alioli de pimientos de piquillo
25. Magdalenas croque madura
26. Macarrones gratinados
27. Tarta de piña fácil
28. Pimientos de piquillo rellenos de bacalao
29. Tarta de requesón
30. Tiramisú

*Algunas de las recetas realizadas

*Carteles publicados en redes sociales

- *Fin de curso entrega de diplomas y delantales*

DANZATERAPIA

Se evalúa el curso realizado desde octubre de 2016 a junio de 2017

OBJETIVOS GENERALES

- Lograr la integración cuerpo - mente mediante movimientos rítmicos corporales y así poder obtener una expresión emocional, cognitiva, física y social de quienes formen parte de la actividad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Integrar la danza como forma de expresión.
- Conseguir una comunicación a través de los movimientos.
- Reproducir movimientos incorporando nuestro mundo interior.
- Tomar conciencia de nuestras capacidades.
- Organizar actuaciones públicas y participar en actividades de carácter aficionado

METODOLOGÍA

Las clases se han impartido en las instalaciones del CO el Cid los lunes de 17h a 18h.

Las clases comenzaban con un previo calentamiento y relajación cuerpo-mente. Se trabaja con pasos básicos diferentes géneros musicales así mismo se realizan dinámicas y ejercicios de expresión corporal.

RECURSOS HUMANOS

Las clases han sido impartidas por tres profesoras voluntarias. En octubre se comenzó con una sola profesora y finalizó con tres.

RECURSOS MATERIALES

Se ha contado con el gimnasio del “Co el Cid” como instalación. Para llevar a cabo las clases se ha utilizado un radiocasete aportado por Apacid.

NECESIDADES DETECTADAS

Ante la falta de integración social y normalización de las personas con discapacidad intelectual en muchos de los ámbitos de su vida se considera la danza como un medio para conseguir estos objetivos.

ASISTENCIA

La asistencia a las clases ha sido de un 89%

NÚMERO DE PARTICIPANTES

El curso inicial comenzó con 17 personas y finaliza con 18.

ACTUACIONES Y ACTIVIDADES

- El 19 de Junio se hace una actuación en el CAMP de Fuentes Blancas.
- 4 de junio actuación en el día de las familias.
- El 29 de diciembre se participa en la Muestra de Artes escénicas de la Gerencia de Servicios Sociales.

**Actuación Camp de fuentes Blancas*

Ensallo semanal

**Actuación Camp de fuentes Blancas*

BAILES REGIONALES

Se evalúa las clases desde octubre de 2016 a junio de 2017.

OBJETIVOS GENERALES

- Ayudar a la mejora de las capacidades cognitivas primarias tales como la atención, la memoria, el lenguaje, la asociación, la asimilación, la concentración y la ubicación temporal- espacial.
- Influir con la forma y el contenido del movimiento para dirigirlo hacia los objetivos danzarios/terapéuticos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desarrollar la capacidad de comunicación a través de diferentes vías de expresión (musical, verbal, corporal...).
- Modelar las múltiples posibilidades del movimiento.
- Explorar y reconocer las posibilidades comunicativas no verbales que ofrece el sonido y la música. Tomar turnos, compartir, interaccionar recíprocamente, expresar vocal/verbalmente"
- Desarrollar la imaginación y la creatividad.
- Desarrollar habilidades sociales.
- Fomentar la autoestima con el fin de favorecer la calidad de vida de los usuarios.
- Trabajar la motricidad fina/gruesa, el control del movimiento y el desarrollo del lenguaje. "Control consciente sobre sus propios actos desarrollando la atención, orden y disciplina, desarrollo de la motricidad, de la voz y del sentido auditivo".
- Organizar actuaciones públicas y participar en actividades de carácter aficionado

METODOLOGÍA

Las clases de bailes de regionales se imparten los jueves de 17:15 a 18:15h.

Durante las clases se ha intentado que las personas participantes (la gran mayoría repetidoras de otros cursos) no olvidasen las danzas que ya se sabían y se han intentado introducir otras nuevas pero no ha sido posible.

Ante esto las clases se han basado en ensayar todos los días estos bailes.

RECURSOS HUMANOS

Se ha contado con la participación de dos profesoras voluntarias con gran conocimiento de esta modalidad de baile.

RECURSOS MATERIALES

Las clases se han impartido en las instalaciones del CI el Cid.

Para el desarrollo de las mismas ha sido necesario utilización de un radiocasete de Apacid. Así mismo para las actuaciones se cuenta con diferente material (trajes típicos, arcos, paños, pañuelos…) propiedad del CO el Cid unas pandereteas propiedad de Apacid.

NECESIDADES DETECTADAS

Las personas con discapacidad necesitan valorarse y ser valoradas, dentro de un clima adecuado de contención afectiva, alegría y seguridad, que les permitan expresarse libremente.
Durante las sesiones las personas experimentaran alegría, descubrirán aprendizajes y ejercitaran nuevas posibilidades, desarrollaran la autonomía y la coordinación y mejoraran sus movimientos.
La Danza permite expresar sentimientos y exteriorizar emociones, sensaciones, alegrías, miedos o angustias sin la necesidad de un lenguaje fluido y claro.
Favorece el desarrollo psicomotor y socio-afectivo, consiguiendo armonía en la estructura del esquema corporal, espacial y temporal.
Constituye un buen medio para establecer relaciones y vínculos sanos. Aporta confianza y un mayor conocimiento sobre los límites y capacidades personales.

ASISTENCIA

Las clases se desarrollaban los lunes desde el mes de octubre a junio.

La asistencia por parte del alumnado ha sido de un 94.85%, siendo todas las ausencias justificadas.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

El curso comienza con 16 personas y finaliza con el mismo número de personas

ACTUACIONES REALIZADAS

- 2 de Abril participación en el Festival de Intered "¿Y tú qué haces?
- 18 de Mayo, actuación en la Residencia de personas mayores de Cortes.
- 19 de junio actuación en el Camp de Fuentes Blancas.
- 4 de junio actuación en el día de las familias.
- 14 de diciembre, actuación Residencia de Mayores de Fuentes Blancas

Como actividad extra y para motivar al grupo el 11 de Febrero acudió todo el grupo a ver un Festival de Folclore infantil.

Festival "¿Y tú qué haces?" - Intered

CLUB DEPORTIVO

BALONCESTO Y FÚTBOL SALA

Se evalúa la temporada 2016/2017. Por otro lado se evalúan competiciones deportivas realizadas durante el año 2017 (que comprenden dos temporadas)

OBJETIVOS GENERALES

- Promover la práctica del deporte en las personas con discapacidad intelectual como vía de integración social.
- Disponer sanamente del tiempo libre y el ocio, promoviendo el deporte como un estilo de vida con el que las personas con DI desarrollen las técnicas específicas de la disciplina deportiva que corresponda.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar a través del deporte hábitos de vida saludables.
- Desarrollar y afianzar en las personas con discapacidad intelectual actitudes de esfuerzo, respeto, superación, así como habilidades de cooperación y trabajo en equipo.
- Desarrollar y afianzar habilidades deportivas y físicas teniendo como instrumento las diferentes modalidades deportivas que se practiquen.
- Adaptar las habilidades deportivas y físicas de cada deportista en diferentes niveles de aprendizaje y formación, así como en la posterior participación deportiva, atendiendo siempre a sus características individuales tanto físicas como psicológicas.
- Promover la auto-superación así como mejorar la auto-confianza.
- Conocer nuevos lugares fuera de la ciudad de residencia y nuevas personas pertenecientes a otros clubes, asociaciones o ciudades.

METODOLOGÍA

- Los y las deportistas realizan entrenamientos semanales de una hora de duración. Correspondiéndose de la siguiente forma:
- Baloncesto los jueves de 19:00h a 20:00h y Fútbol Sala los miércoles de 18:00h a 19:00h.
- Aproximadamente una vez al mes hay una competición autonómica que organiza Fecledmi, “Federación Polideportiva de Discapacitados de Castilla y León”, en alguna de las provincias de Castilla y León.
- Actualmente para acudir a las competiciones hay un de fúlbol sala (en la temporada 2017/2008 se subdivide en dos) , estando uno en el nivel IIA y otro en el IIB. En baloncesto hay dos niveles diferenciados para acudir a las competiciones; nivel II masculino y nivel III mixto.
- Tanto para acudir a las competiciones como a los entrenamientos es necesario que todos/as los/as deportistas estén federados y dispongan de un seguro médico.

RECURSOS HUMANOS

- Se ha contado con cuatro entrenadoras en baloncesto y dos entrenadores en de fútbol sala.
- Así mismo en las salidas realizadas para acudir a los campeonatos sumado al acompañamiento de los entrenadores siempre acudían monitoras/es de apoyo, variando el número dependiendo del grupo de personas usuarias.

RECURSOS MATERIALES

- Los entrenamientos se realizaban en las instalaciones deportivas del Ayuntamiento con el correspondiente abono del alquiler de las mismas realizado por el Club Deportivo.
- En la realización de los entrenamientos se cuenta con el material necesario (balones, setas y petos).
- Se cuenta con equipaciones deportivas para las y los/as deportistas federados esta temporada.

NECESIDADES DETECTADAS

- El Deporte de las personas con discapacidad es, ante todo, deporte. Y está basado en el disfrute de las personas que lo practican libremente, como un vehículo de auto-superación, de mejora de las condiciones físicas y, promovido adecuadamente, es una herramienta inmejorable para fomentar valores como la cooperación, el trabajo en equipo y la solidaridad.
- El sedentarismo en las personas con capacidad diversas es más alto que en el resto de población.

ASISTENCIA

Se evalúa la temporada 2016/2017.

- Se han encargado los monitores de ambas modalidades de llevar a cabo el registro de asistencia semanal a los entrenamientos.
- En fútbol sala el número de participantes se ha mantenido durante todo el periodo. La asistencia ha sido muy continua con un 89%.
- En baloncesto durante el curso la asistencia ha sido muy constante y las faltas se han debido en su mayoría por motivos laborales o problemas de salud. Ha habido una asistencia de un 87.7%.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

- En fútbol sala fueron 15 deportistas quienes comenzaron el curso y 14 quienes lo acabaron. Así mismo, comenzaron los entrenamientos de baloncesto 17 deportistas y los finalizaron los mismos.

DESARROLLO DE LOS ENTRENAMIENTOS

En los entrenamientos realizados se varían los ejercicios, se implica a l@s deportistas y se explica los objetivos que se quieren conseguir, se informa de cada actividad y se establecen normas. Por otro lado se ajustan a las necesidades y a las características del grupo, ayudando a que piensen lo que hacen tratando en igualdad a todas las personas deportistas corrigiéndose los errores cometidos.

Este año como novedad se comenzaron a dividir los entrenamientos por objetivos mensuales para así adaptar los ejercicios a estos objetivos.

COMPETICIONES REALIZADAS: en el año 2017

En la temporada 2017-2018 se hacen dos equipos de fútbol más los dos de baloncesto que ya había. Ante esto el horario deportivo se incrementa por lo que no se pueden realizar actividades de ocio o culturales en las salidas ya que el tiempo disponible no lo permite.

- 4 de Febrero de 2017 - Olmedo

A esta competición acude un total de 31 personas entre deportistas y acompañantes y 4 monitores de apoyo.

- 11 de Marzo de 2017 - León

Junto a 5 monitoras/es de apoyo acuden 43 deportistas y acompañantes.

En esta ocasión y al disponer de la tarde libre se aprovecha para conocer la Villa romana de la Olmeda en una visita guiada.

- 2 de Abril de 2017 – Palencia

En esta ocasión acuden 40 de deportistas y 5 personas acompañantes.

- 21 de Octubre de 2017 – Valladolid

Acuden 39 deportistas y acompañantes de 9 monitoras.

- 18 de Noviembre 2017 –Salamanca

El grupo se compone de 35 personas entre deportistas y acompañantes y 7 monitoras.

Al finalizar la competición se realizó una visita por el casco antiguo de la ciudad.

- 16 de Diciembre de 2017 –Segovia

Acuden 32 personas y 7 monitores a la actividad.

Antes del inicio de la jornada se realizó una visita guiada a la casa Museo de Antonio Machado.

SENDERISMO

Se evalúan las salidas realizadas desde enero a junio de 2017

OBJETIVOS GENERALES

- Mejorar las condiciones físicas y psíquicas de las personas, disponiendo sanamente del tiempo libre, a través del ejercicio de una actividad deportiva adaptable a la escala de quien lo practique.
- Promover la práctica del deporte en las personas con discapacidad intelectual como vía de integración social.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar a través del deporte hábitos de vida saludables.
- Fomentar el contacto y la relación con el medio ambiente.
- Conocer el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su protección y mejora.
- Disfrutar de la naturaleza descubriendo la fauna y flora autóctona
- Desarrollar y afianzar en las personas con discapacidad intelectual actitudes de esfuerzo, respeto y superación.
- Promover la auto-superación así como mejorar la auto-confianza.
- Conocer nuevos lugares fuera de la ciudad de residencia.

METODOLOGÍA

- De manera mensual o bimensual se realiza una actividad de senderismo. Las primeras caminatas que se hacen es para tantear la forma física del grupo. Una vez se conozca las capacidades de cada persona se buscan rutas más o menos complejas.

- Teniendo en cuanta al grupo los monitores se reparten (delante, en medio y detrás) para tenerlo en todo momento controlado.

RECURSOS HUMANOS

- Se ha contado con unas siete personas voluntarias (dependiendo de la ruta) y la trabajadora social de la entidad.

RECURSOS MATERIALES

- Los propios generados ante posibles traslados en trasporte a diferentes puntos donde se realicen las rutas.

NECESIDADES DETECTADAS

- El Deporte de las personas con discapacidad es, ante todo, deporte. Y está basado en el disfrute de las personas que lo practican libremente, como un vehículo de auto-superación, de mejora de las condiciones físicas y, promovido adecuadamente, es una herramienta inmejorable para fomentar valores como la cooperación, el trabajo en equipo y la solidaridad.
- La asistencia ha sido muy alta. Algunas personas no acuden a las salidas que conllevan algún tipo de coste puesto que no se lo pueden permitir.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

- El grupo inicial en la temporada 2016-2017 está formado por 26 personas y en 2017-2018 hay 33 personas apuntadas. Desde el inicio del programa en 2015 el grupo ha aumentado en un 42%. Es un grupo abierto en el que puede haber nuevas incorporaciones.

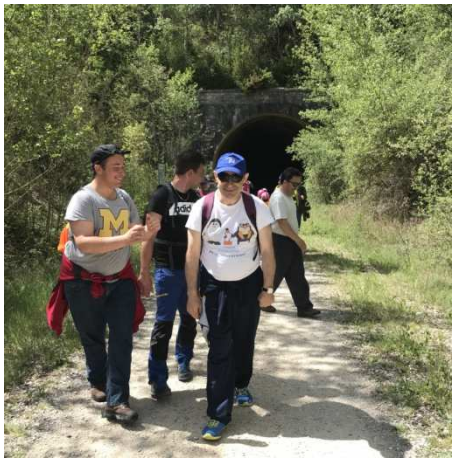
<u>SALIDAS DE SENDERISMO REALIZADAS: en el año 2015</u>

- <u>Villalvilla (Burgos) 26.02.17</u>
- Participantes: 25
- Monitoras: 8

La ruta planificada con salida de Burgos es de dificultad baja.

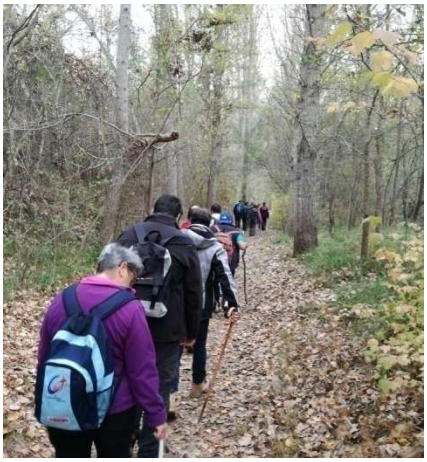
- Cardeñadijo (Burgos) 21.05.17
- Participantes: 27
- Monitoras: 8 (Más cuatro de la empresa Jonshons Control)

Ruta muy sencilla que tiene salida en Burgos. Se visita la localidad de Cardeñadijo. Acuden trabajadoras/es de la empresa Jonshón Control con quien se realiza un proyecto de colaboración.



- Cañón del Ebro (Burgos) 22.10.17
  - Participantes: 22
  - Monitoras: 6

La ruta discurrió desde Escalada hasta Pesquera de Ebro.



- Poza de la Sal (Burgos) 11.02.17

Se suspende por la mala climatología.

IV TORNEO SOLIDARIO II JORNADAS DEPORTE Y DISCAPACIDAD

OBJETIVO GENERAL

- Acercar y transmitir los valores individuales y de grupo que la práctica del deporte promueve.
- Sensibilizar acerca de las diferentes realidades que existen en el entorno de las personas con discapacidad intelectual nuestro entorno (personas con discapacidad intelectual).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar a través del deporte hábitos de la vida saludables.
- Formación y aprendizaje a través de las diferentes experiencias deportivas.
- Repercusión del deporte en la sociedad.
- Trasmitir la importancia que tiene el deporte en las personas con discapacidad intelectual.

METODOLOGÍA

Con estas jornadas se pretende dar relevancia a la importancia que tiene el deporte en las personas con discapacidad y sensibilizar a la población.

Con el torneo se pretende que la ciudadanía se acerque a nuestro colectivo y vea las capacidades que tienen personas con discapacidad, por ello se crean grupos mixtos de competición que juegan con diferentes equipos ajenos a la entidad; empresas, clubs deportivos, otras asociaciones o personas aficionadas.

Se consigue realizar una jornada lúdica y deportiva en la que la convivencia y las experiencias compartidas hacen cumplir los objetivos previamente marcados.

Previamente se organizó una jornada más formativa a través de una mesa redonda en la participaron personas expertas en deporte y discapacidad.

ACTIVIDADES

Charla "El Deporte la Realidad No visible"

Fecha y lugar: 28 de noviembre en la Biblioteca Municipal.

Se trasmite los valores del Deporte y la importancia en personas con discapacidad.

Se contó con Isidro Lapuente, profesor de entrenadores y Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Federico Martínez, Presidente de la Federación de Deporte Adaptado de Castilla y León, Loreto de la Torre entrenadora y voluntaria del Club Deportivo Apacid, una deportista del mismo y moderado por nuestra presidenta Pilar Lara.

Como elemento a destacar fue la baja asistencia a la jornada de familias de la Asociación y de personas ajenas a esta, dando como resultado un bajo número de participantes que no se corresponde con el esfuerzo realizado para su organización.

Torneo solidario Apacid

Se apuntaron 4 equipos de baloncesto y 6 de fútbol sala.

- € Fecha: 3 de Diciembre
- € Deportistas: 80
- € Acompañantes público: 50
- € Organización: 19

Acuden unas 150 personas aproximadamente entre deportistas, acompañantes, voluntariado y profesionales.

Programa:

- ✓ 8:45h Montaje el evento
- ✓ 10:00h a 13:10h Partidos de baloncesto
- ✓ 13:00h a 18:40h Partidos de fútbol sala
- ✓ 17:15h Entrega de premios y fin de jornada

El número de participantes es más reducido que el año pasado.

NECESIDADES DETECTADAS

- Vivimos en una sociedad cada vez más sedentaria debido al aumento del uso de las nuevas tecnologías.
- El deporte además de proveer beneficios físicos, ayuda a las personas a madurar social y psicológicamente.
- La estigmatización o falta de habilidades para poder participar en equipos "normalizados" hace que se creen clubes deportivos específicos para personas con discapacidad.
- Practicar un deporte en equipo facilita el sentimiento de pertenencia a un grupo, obtener nuevas amistades que luego puedan continuar fuera del propio deporte, algo que es de vital importancia para las personas con discapacidad ya que muchas debido a sus limitaciones no cuentan con ello.

RECURSOS HUMANOS

Para el desarrollo de la charla contamos con los tres profesionales que participaron en la misma.

Para la organización del torneo se contó con una veintena de personas colaboradoras (voluntarias de Apacid, familias, junta directiva y parte del equipo técnico).

En esta ocasión se ha contado con árbitros de la federación española de árbitros de fútbol sala y de baloncesto.

RECURSOS MATERIALES

La charla informativa se desarrollo en las instalaciones cedidas por la Junta de Castilla y León, Biblioteca pública.

El Torneo se desarrollo en la Ciudad deportiva miliar cedida para este evento.

Se han generado gastos referentes a la organización del torneo (impresión de cartelería, trasporte de objetos, premios…)

Cada equipo participaba en el torneo con una inscripción económica. Todo lo recaudado iría destinado íntegramente al CD Apacid pero en esta ocasión no se han obtenido beneficios económicos, con lo obtenido se han cubierto los gastos.

EVALUACIÓN

La evaluación por parte de deportistas del CD Apacid, otros equipos o la organización, es muy positiva. Se crea un lugar de encuentro donde el deporte, la integración y la cooperación toman un papel principal. Participan equipos de otras asociaciones burgalesas, empresas o equipos independientes y esto le da mucha riqueza al evento.

Este año en comparación con los dos años anteriores ha habido menos equipos y por tanto menos deportistas. Es la tendencia desde el primer año y se desconocen las causas ya que se ha cambiado de fecha por si esta podría ser una de ellas, pero se ha visto que no.

**Entrega de premios y clausura*

**Parte el voluntariado participante*

GRUPO EN MARCHA

OBJETIVOS GENERALES

- Promover las utilización, conocimiento y elección por parte de las personas con discapacidad intelectual de los mismos recursos, espacios y servicios de ocio que el resto de la ciudadanía de la comunidad.
- Entender la diversión como descanso, desarrollo personal, realización de actividades gratificantes, romper la rutina semanal realizando encuentros entre un grupo de personas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar la autodeterminación de las personas con discapacidad intelectual para que sea más evidente el empoderamiento de la persona sobre su tiempo y sus elecciones personales. Por ello se tratará de que sean los propios asistentes los que elijan las actividades que se realizarán.
- Fomentar las relaciones grupales entre personas con discapacidad intelectual y sin discapacidad así como conocer nuevas personas y crear vínculos de amistad entre ellas.
- Mejora del auto-concepto, auto-imagen y autoestima personal, entablar relaciones positivas, útiles y significativas.
- Establecer un compromiso con quienes participan fijando unas fechas y un horario que se debe de cumplir para adquirir hábitos y utilizados posteriormente en la vida diaria.

METODOLOGÍA

Con una periodicidad de dos o tres viernes al mes (alternos), se realizan encuentros entre las personas con discapacidad y voluntariado apuntado a cada grupo.

Se establece a principio del curso un lugar y hora donde se realizarán los encuentros. Si la actividad que se va a realizar está a una distancia importante de ese lugar o a una hora distinta puede variar este lugar u hora.

Un vez quienes participan se han reunido comienza la actividad que se ha planificado previamente.

Son las propias personas participantes quienes elegirán las actividades a realizar, siempre intentado que cada semana sea una persona diferente.

RECURSOS HUMANOS

Este año ha habido cuatro grupos diferentes; En el Grupo 1 comenzó con dos personas voluntarias y finalizó con tres. En el Grupo 2 han participado tres personas voluntarias una de ellas se incorpora en el primer trimestre. En el Grupo 3 han participado tres personas voluntarias una de ellas se incorpora en el primer trimestre.

RECURSOS MATERIALES

Los recursos con los que se cuenta para realizar esta actividad son los propios de ocio que ofrece la ciudad de Burgos (salas de exposiciones, bares, parques, centro cívicos…). Así mismo cada participante abona una cantidad económica para sufragar los gastos que pueda generar las diferentes actividades (consumiciones, entradas, material, etc).

NECESIDADES DETECTADAS

Los estudios sobre participación han encontrado que las personas con discapacidad participan menos en actividades sociales y recreativas en comparación con las personas sin discapacidad, y a menudo carecen de habilidades esenciales para la interacción social y la autodeterminación.

Investigaciones han demostrado que la participación en las actividades de ocio en las personas con DI favorece su inclusión en la comunidad, la adquisición de habilidades adaptativas. El ocio es un ámbito y que redunda en una mejora de la calidad de vida.

Entendemos el ocio como el derecho de cualquier persona a acceder en su tiempo libre a diferentes actividades culturales, deportivas, recreativas, etc, que favorecen su desarrollo personal, su relación con otras personas y la participación en la vida de la comunidad.

Este "compartir" espacios y tiempos, supone también compartir normas, inquietudes, reglas de juego, vivencias, gustos, conversaciones y valores, potenciando el crecimiento y desarrollo personal de la persona con discapacidad en las diferentes áreas de su vida.

También queremos pensar que para el resto de la ciudadanía conlleva un cambio en la manera de pensar sobre la discapacidad. Tenemos que demostrar (todavía) que son personas con capacidades, lo cual solo se consigue de una manera; conviviendo.

ASISTENCIA

La asistencia en los tres grupos ha sido muy alta y constante.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

El Grupo 1 han participado 9 personas en el grupo 2 unas 11 personas y en el 3 un total de 9 personas.

En total se han beneficiado de este programa 29 personas.

ACTIVIDADES SALIDAS GRUPO EN MARCHA 2016-2017

FECHA	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 3
7.10.16	Presentación – tomar algo	Paseo y tomar algo	Presentación y tomar algo
21.10.16	Paseo centro	Paseo centro	Exposición Museo de San Juan
4.11.16	Cine Foro	Visita Museo militar	Juegos de mesa en bar
18.11.16	Taller de cocina	Cine Foro	Taller de manualidades
25.11.16	CAB exposición y taller	Obra de teatro	Obra de teatro
9.12.16	Merienda restaurante	Visita CAB y taller	Taller de cocina
16.12.16	Merienda despedida	Taller de cocina	Visita belén de la Catedral
13.01.17	Chocolate con churros	Visita Monasterio de San Juan	Taller de cocina
27.01.17	Charla sobre tortugas	Charla sobre tortugas	Charla sobre tortugas
10.02.17	Juegos con Intered	Juegos con Intered	Juegos con Intered
24.02.17	Taller de cocina	Exposición Star Wars en MEH	Exposición Star Wars en MEH
10.03.17	Cine Foro	Cine Foro	Visita CAB y taller
24.03.17	Tomar algo y charlar	Exposición	Exposición casa Cordón
31.03.17	Visita exposición	Merienda en restaurante	Paseo
21.04.17	Suspendida (no monitoras)	Taller de pintura	Paseo
5.05.17	Bolera	Paseo por el centro	Taller cocina
19.05.17	Cine foro	Paseo por el centro	Cine foro
2.06.17	Visita Estación y paseo	Visita Estación y paseo	Paseo por el centro
9.06.17	Visita Exposición	Bolera	Fiesta mimbre
24.06.17	Suspendida (no monitoras)	Merienda en el Río	Merienda en el Río

Taller MEH *Bar Patillas* *Taller CAB*

Manualidades *Taller cocina*

Juegos cooperativos con Intered *Exposiciones*

CAMPAMENTO URBANO

OBJETIVO GENERAL

- Crear un espacio de respiro y de ocio para personas usuarias así como para las familias que en tiempo vacacional no tienen esta posibilidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Ofrecer a las personas asociadas a Apacid que en verano estén en Burgos una oferta de actividades que haga que tengan una ocupación de lunes a viernes en horario de mañana.
- Proporcionar un descanso a las familias
- Entender la diversión como descanso, desarrollo personal, realización de actividades gratificantes, romper la rutina realizando encuentros entre un grupo de personas.
- Dar la posibilidad de usar el tiempo libre haciendo uso de recursos comunitarios de forma normalizada.

METODOLOGÍA

Desde el 1 de agosto y hasta el 1 de septiembre, de lunes a viernes de 11h a 14h se programa una serie de actividades de ocio, deportivas y culturales para aquellas personas con discapacidad intelectual o del desarrollo que deseen disfrutar de un tiempo lúdico y de descanso en sus vacaciones de verano.

Toda la programación y coordinación de las actividades es llevada a cabo por el personal de Apacid, y la puesta en práctica se hace gracias a la participación de personas voluntarias y la técnica de la Asociación.

NECESIDADES DETECTADAS

Ante la llegada de las vacaciones de verano las personas que acuden al Centro Ocupacional el Cid tienen un mes y tres semanas de vacaciones. Quienes no tienen familia o se quedan en la ciudad rompen su actividad diaria sin tener ocupación alguna durante este periodo.

Debido a la demanda de algunas familias por esta situación, se plantea la posibilidad a todas las personas asociadas de Apacid de poder participar en estas actividades, de tal forma que de lunes a viernes en horario de mañana tengan una ocupación lúdica que las permita disfrutar de un tiempo compartido con otras personas. Debido a las necesidades detectadas se amplía a 5 días semanales respecto a los tres días del año pasado.

Así mismo, es un espacio de respiro para las familias.

RECURSOS HUMANOS

Se cuenta con cuatro personas voluntarias y la trabajadora social de la Asociación.

RECURSOS MATERIALES

Para realizar las actividades se utilizan los recursos públicos de la ciudad como, museos, instalaciones deportivas, salas para hacer actividades, etc. Así como privados; visita a una fábrica.

Los gastos económicos para la adquisición de entradas o consumiciones son soportados por las propias personas usuarias.

ASISTENCIA

De las personas que han participado en el campamento, algunas lo han hecho de forma intermitente compaginándolo con otras vacaciones o visitas a familiares.

Con todo esto la asistencia ha sido de un 90%.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Participan en esta actividad 15 personas.

ACTIVIDADES REALIZADAS AGOSTO

Las actividades se han propuesto de la siguiente forma; lunes piscina, martes senderismo, miércoles talleres, jueves visita a otras localidades y viernes visita cultural. A veces por la imposibilidad de encajar las actividades en los días propuesto se ha variado esta propuesta inicial, pero en general se ha cumplido.

CAMPAMENTO URBANO APACID – AGOSTO 2017

	MARTES 1 Toma de contacto (juegos presentación y otros) MEH	**MIÉRCOLES 2** SUSPENDIDO EXCURSIÓN CO	**JUEVES 3** Visita Policía Local	**VIERNES 4** M Cordón, Visita guiada Instituto de la lengua
LUNES 7 Piscina	**MARTES 8** Taller acuarelas Parral	**MIÉRCOLES 9** Paseo orilla Río Fuentes Blancas	**JUEVES 10** Museo San Juan y juegos de mesa	**VIERNES 11** Visita Castillo de Burgos
LUNES 21 Piscina	**MARTES 22** Visita Promecal	**MIÉRCOLES 23** Paseo Cerro de San Miguel. Visita Centro aves	**JUEVES 24** Bolera	**VIERNES 25** Museo de Burgos
LUNES 28 Piscina	**MARTES 29** Visita Villimar y vuelta al Centro caminando	**MIÉRCOLES 30** Visita fábrica Bridgestone Hispania	**JUEVES 31** Peli Disney Biblioteca	**VIERNES 1** Visita museo y fiesta despedida

EVALUACIÓN

La valoración por parte de las personas participantes ha sido muy positiva han verbalizado como han disfrutado de estas actividades. Igualmente ha sido positiva en las familias. Por parte de las monitoras se ha valorado la alta asistencia y la implicación de las participantes en las actividades.

Bolera

Centro de divulgación de aves

Taller de pintura al aire libre

Visita a la policia

Visita Fábrica Bridgestone

Paseo por fuentes blancas

Visita Instituto castellano de la lengua

Juegos de mesa

Centro de divulgación de aves

Visita Diario de Burgos

Piscina

Taller de pintura

CAMPAMENTO DE VERANO

Por segundo año desde Apacid se propone la realización de un campamento fuera de Burgos. La propuesta fue acogida con entusiasmo por parte bastantes personas usuarias por lo que se llevó a cabo.

OBJETIVO GENERAL

- Fomentar la integración de las personas con discapacidad a través de vivir su ocio y tiempo libre, de una forma normalizada incentivando su autoderminación.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Potenciar la autonomía personal.
- Ofrecer una alternativa atractiva de ocio.
- Contribuir al descanso y/o respiro de las familias como de las personas usuarias.
- Fomentar la autonomía y la integración social favoreciendo sus habilidades sociales mediante la participación en actividades de ocio, culturales, deportivas y de tiempo libre.
- Proporcionar la posibilidad de salir del entorno donde residen y conocer lugares nuevos con el consiguiente disfrute que esto supone.

METODOLOGÍA

Durante 7 días desde el 24 al 30 de julio, un grupo de personas asociadas en Apacid se traslada hasta Pradoluengo (Burgos) donde pernocta en un albergue y realiza diferentes actividades en la zona. Durante la semana se realizan salidas culturales, actividades deportivas, talleres, gymkanas y descanso.

La programación del campamento se hace previamente y se cumple todo lo planificado. Toda la programación y coordinación de las actividades es llevada a cabo por el personal de Apacid, y la puesta en práctica se hace gracias a la participación de tres personas monitoras voluntarias más la técnica de la Asociación.

NECESIDADES DETECTADAS

El ocio contribuye en la percepción subjetiva de satisfacción y bienestar de personas con discapacidad y, por lo tanto, mejoran su calidad de vida.

Está demostrado que aún no se ha conseguido la normalización de la calidad de vida en personas con discapacidad. El ocio tiene un efecto muy positivo en las personas puesto que incrementa la autoestima, favorece la interacción social y proporciona la adquisición de nuevas habilidades. Por todo esto desde Apacid se propone la realización de un campamento donde las personas salen de su entorno durante una semana.

Aquellas salidas que suponen salir del entorno durante más de un día son muy beneficiosas para las personas con discapacidad. Por un lado para aquellos que viven en instituciones, supone cambiar por unos días una serie de rutinas que siguen durante el año. En todas las personas se origina nuevas experiencias, el contacto con personas que no pertenecen a su círculo de amistades, romper con la rutina diaria y sobre todo la satisfacción de pensar que pueden realizar actividades sin el continuo apoyo de su familia o profesionales con quienes conviven diariamente supone un gran beneficio en su autonomía.

Por otro lado, existen familias que han demandado este servicio, puesto que para ellas supone un espacio propio y de descanso en los cuidados que proporcionan diariamente a sus familiares con discapacidad.

PARTICIPANTES

En el campamento han participado 16 personas usuarias más cuatro monitoras de apoyo.

CAMPAMENTO APACID PRADOLUENGO, DEL 24 AL 30 DE JULIO

	MAÑANA	TARDE	NOCHE
24 LUNES		Llegada Visita pueblo	Juegos en sala
25 MARTES	Canoas en Pantano	Canoas en Pantano	Cine
26 MIÉRCOLES	Visita fábrica calcetines Taller lámparas	Piscina	Gynkana nocturna
27 JUEVES	Senderismo	Piscina	Velada relajación
28 VIERNES	Visita fabrica jamones	Multiaventura	Velada karaoke
29 SÁBADO	Taller imanes Actos festivos pueblo	Berbena pueblo	Cine
30 DOMINGO	Taller Acuarelas	Recoger	

EVALUACIÓN

La evaluación de las personas participantes ha sido muy positiva demandado que se repita en posteriores años. Las familias también han valorado muy favorablemente esta actividad.

No han surgido incidencias importantes más que las propias de la convivencia.

Piscina

Reunión en albergue

Visita fábrica jamones

Helicóptero de incendios

Visita antigua fábrica de calcetines

Maualidades

Canoas en el pantano

Multiaventura y senderismo

Tiempo libre

Taller de imanes

SALTOS DESDE BURGOS

OBJETIVO GENERAL

- Fomentar la autodeterminación de las personas con discapacidad intelectual para que sea más evidente el empoderamiento de la persona sobre su tiempo y sus elecciones personales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar las relaciones grupales entre personas con discapacidad intelectual y sin discapacidad así como conocer nuevas personas y crear vínculos de amistad entre ellas.
- Utilizar el tiempo libre de las personas con discapacidad de manera lúdica para que en un futuro sean ellos solos (aquellos que puedan ser capaces) quienes organicen su ocio y tiempo libre.
- Fomentar la implicación de las familias en realizar actividades con las personas con discapacidad.

EVALUACIÓN

La evolución de estas excursiones de un día cada vez es más escasa. Durante este año se plantea la visita al aula rural de Santibañez de Zarzaguda en Burgos como un día de convivencia. No se apuntan las personas necesarias para que la excusión pueda realizarse.

Al realizarse otras excursiones como salidas de deporte o senderismo durante casi todos los meses parece que no existe la demanda de realizar otro tipo de excursiones y se observa que según aumentan estas actividades deportivas disminuyen la demanda de otro tipo de salidas.

Durante los últimos años han ido disminuyendo estas excursiones, llegando a este año en el que no se ha producido ninguna excursión de este tipo.

DÍA DE LAS FAMILIAS 2017

ABRIL 2017

BOLETÍN INFORMATIVO APACID

DÍA DE LAS FAMILIAS, DOMINGO 4 DE JUNIO

Como cada año en el mes de junio celebraremos el ya tradicional Día de las Familias, al que os invitamos.

HORARIOS AUTOBÚS

13:30h Desde el Centro Cívico Río Vena al Restaurante

18:30h Regreso desde el Restaurante (paradas):

- CO el Cid (Sáez Alvarado)
- Antigua de Gamonal
- Plza. Mª Cruz Ebro (Pisos Herradura)
- Plaza España
- Parque San Agustín

- 11:00h Eucaristía en la Parroquia de San Fernando Rey (Av. De Castilla y León 9).
- 12:00h -13:30h Muestra de artes escénicas en el Centro Cívico Río Vena:
  - Bailes Regionales.
  - Representación de la obra de teatro "Sanidad en crisis", a cargo de la Compañía de Teatro Dulces.
  - Baile a Cargo del Grupo de Danzaterapia.
- 14:30h Comida en el Restaurante Los Braseros, Carretera Logroño km 102.
- 17h Tradicional rifa solidaria seguida de concurso de baile.
- 18:30h Fin de fiesta

MENÚ

Embutidos con pan tumaca
Vieira rellena de marisco
Pimientos rellenos de bacalao
Croquetas de jamón
SEGUNDOS A ELEGIR
Ternera con salsa de setas
Merluza rellena de marisco con salsa montblanc
Tarta de crema
(Posibilidad de menú vegetariano)

20€ soci@s 30€ no soci@s

FECHA LÍMITE PARA APUNTARSE A LA COMIDA Y/O TORNEO: 26 DE MAYO

IV TORNEO SOLIDARIO DE BALONCESTO Y FÚTBOL SALA

Te esperamos de el próximo **sábado 3 de junio de 9:45h a 14:00h en el Centro Cívico Río Vena**

Puede inscribirse cualquier persona que quiera pasar un tiempo deportivo y divertido (deportistas del Club Deportivo Apacid, familiares, amistades, trabajadoras/es, voluntariado, etc.)

Sin previa inscripción no será posible participar.

Inscripción gratuita

XX CONVIVENCIA DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD, 27 DE MAYO

En el CAMPING DE FUENTES BLANCAS se celebrará este día de convivencia, esperando que siga siendo un evento referente de encuentro entre personas y familias de las diversas asociaciones de personas con discapacidad de nuestra provincia, en un ambiente festivo.

Entre las actividades destaca la realización de Talleres y el IV Concurso de Tapas Frías por asociaciones.

En cuanto la paella, quienes deseen degustar la ración deben aportar **5,00€.** Para ello es preciso e imprescindible realizar la reserva previa en la Asociación.

Apúntate telefónicamente antes del **19 de Mayo**.

PROGRAMA

- 12,45 h.: Actividades y juegos diversos:
- Partido de baloncesto y de fútbol sala, en las instalaciones del Camping.
- Pucheros, Rana, Bolos, Petanca , Soga Tira, Juego de la silla, Gimkana.
- 14,00 h.: IV Concurso de tapas frías, por asociaciones.
- 14,30 h.: Gran Paellada. (Previa inscripción y retirada de ticket, 5 euros).
- 16,00 h.: BAILE, a cargo del Dj Alvar (1ª parte).
- 17,00 h.: Entrega de premios de los juegos y concursos.
- 17,15 h.: BAILE, a cargo del Dj Alvar (2ª parte).
- 18,00 h.: Concurso de baile. Inscripciones en el lugar del baile.
- 19,00 h.: Fin de fiesta.

NOTA: De 12,00 a 13,30 h. y de 17,00 a 18,30 h., habrá **autobuses gratuitos**, desde la Plaza Santa Teresa hasta el Camping de Fuentes Blancas. Realizarán el trayecto inverso desde el Camping a la Plaza Santa Teresa, de 12,15 a 13,45 h y de 17,15 a 18,45 h cada 30 m.

EXCURSIÓN A SANTIBÁÑEZ ZARZAGUDA, 6 DE MAYO

El próximo sábado 6 de mayo realizaremos una salida a la localidad burgalesa de Santibáñez de Zarzaguda.

Visitaremos su aula rural donde realizaremos diferentes actividades como:

* Taller de pan, visita al Molino, visita al huerto ecológico, al corral y taller de plantas aromáticas

¡Apúntate antes del 3 de mayo!

HORARIOS AUTOBÚS

- 9:00h Plaza España
- 9:10h Pisos Plza. Mª Cruz Ebro
- 9:20h C.O el Cid

25€ socio/as - 30€ No socio/as

Comida, a elegir entre:

-Patatas guisadas con gulas y champiñones, ó, Paella de marisco

-Solomillo de cerdo en su jugo con salsa jardinera, ó, Bacalao a la riojana

-Macedonia de frutas y café

Para apuntarte a cualquiera de las actividades propuestas deberás de llamar al teléfono de la Asociación **947 297 199** y posteriormente hacer el ingreso en la siguiente cuenta indicando tu nombre y la actividad según los plazos establecidos.

Caja Rural:
ES25 3060 0001 7422 3401 5226

DÍA DE LAS FAMILIAS APACID 2017

Este año en al comida participaron 206 personas (familias, profesionales y voluntariado). En la Muestra de Artes escénicas se sumaron más personas.

CAMPEONATO DE INTEGRACIÓN, FUTBOL SALA Y BALONCESTO

Este año se realizó el IV campeonato dentro de la Festividad del día de las familias.

En el mismo participaron 25 deportistas (personas con discapacidad, familias, profesionales y voluntariado).

MOTOTERAPIA

La MOTOTERAPIA nace de la sensibilidad, iniciativa y propuesta del grupo MOTEROS SOLIDARIOS de León, con el fin de acercar las sensaciones positivas de la moto, fundamentalmente al colectivo de discapacidad intelectual y física, para que puedan experimentar sensaciones de: felicidad, alegría, activar sus capacidades sensoriales, integrarse en la vivencia de la moto, etc; aporta grandes beneficios psicomotrices y sensoriales. Esto siempre manteniendo el rigor en cuanto a la seguridad y evaluación de las circunstancias de cada persona que participa y se sube a la moto.

En el año 2014 fue la última ocasión en la que se realizó esta actividad ya que debido a problemas de cesión de espacios del Ayuntamiento de Burgos no se pudo realizar.

Este año y por primera vez se realiza la mototerapia en Pampliega. Es acertado el cambio ya que el lugar es muy propicio para realzarla puesto que se cuenta con amplias zonas verdes y sombreadas y un circuito largo para hacer la mototerapia, desde Pampliega hasta Villazopeque.

Además de esta se organiza una ruta y concentración motera abierta a toda la ciudadanía.

PROGRAMA 9.7.17

- 8:30h Comienzo de ruta motera
- 9:30h encuentro del grupo de motoristas de Burgos con el de León en Melgar de Fernamental.
- 10:30h recibimiento de los dos grupos de motoristas en Pampliega.
- 11h a 13h Mototerapia
- 14:30h Comida de hermanada
- 16:00h Rifa Solidaria
- 17:00h Fin de actividad

EVALUACIÓN

Se evalúa la actividad tanto por la Asociación de Moteros solidarios, los Ayuntamientos de ambas localidades, el público presente y Apacid como muy positiva. En esta ocasión se llegó a un mayor número de personas por lo que la difusión fue mucho mayor. La jornada se llevo a cabo sin ningún tipo de incidente y el cambio realizado se valora muy adecuado.

PARTICIPANTES

- Mototerapia: 50 personas con discapacidad
- Motoristas de “Moteros Solidarios”: 22
- Voluntariado: 20 personas
- Total de personas que participan en la actividad (personas del pueblo que acuden a la comida, motoristas, voluntariado, autoridades y familia: 200 personas

Diputación de Burgos
PARTICIPACIONES
RIFA
1 €
EL CID, S.L.

VOLUNTARIADO

CURSO DE VOLUNTARIADO APACID

CONOCE EL COLECTIVO CON EL QUE VAS A REALIZAR TU ACCIÓN VOLUNTARIA PARA QUE ESTA SEA MÁS EFICAZ

CONTENIDO	
1. Descripción de Apacid 2. Personas con las realizarás tú voluntariado 3. ¿Cómo debe de ser la labor voluntaria?	4. Proyectos de Apacid 5. Problemas de comportamiento 6. Habilidades Sociales 7. Problemas de salud

Este curso se ha realizado dos veces una el 20 de enero y otra el 31 de octubre debido a las nuevas incorporaciones. Durante este año han participado una treintena de personas voluntarias en los diferentes programas de la entidad.

ENCUENTROS DE VOLUNTARIADO

Se realizan encuentros informales de voluntariado donde se convoca a todo el equipo con el fin de tejer redes y crear grupo.

COLABORACIÓN CON LA ONGD INTERED 6.11.16

Se realiza una representación de Artes Escénicas junto con la Asociación Intered, Ong de desarrollo, dentro de su campaña "Actúa con cuidados, trasforma la realidad".

También se participa en el festival de Artes escénicas ¿Y tú qué haces? En el que varias asociaciones de la ciudad muestran diferentes actuaciones.

Cartel Representación Intered – Apacid

Festival de Artes escénicas junto a otras entidades

Grupos participantes en el festival ¿Y tú qué haces?

COLABORACIÓN CON EL INSTUTUTO DIEGO MARÍN AGUILERA

El instituto Diego Marín Aguilera participa por segunda vez en una competición “desafío Hiperbaric Challengue”, de construcción un coche de inercia y posterior carrera en las fiestas de la ciudad. Dentro de la categoría de valores sociales eligen a la Asociación Apacid que participa con uno de nuestros usuarios, quien se encarga de hacer la difusión del proyecto en redes sociales.

Resultado final de los coches de inercia y alumnado participante

El alumnado probó un día su coche con las personas usuarias del CO el Cid

FERIA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA 17.09.17

Se participa realizando un taller infantil de “Molinillos de viento” como actividad de sensibilización.

PLATAFORMA DE VOLUNTARIADO

Apacid sigue colaborando activamente en los proyectos en la comisión de sensibilización de la Plataforma de Voluntariado de Burgos. Durante este año en el que la PVB está inmersa en un proceso de reflexión, desde la comisión se han organizado unas sesiones informativas en la UBU en la facultad de Educación Social.

Este año se continúa la vicepresidencia de la comisión coordinadora de la Plataforma.

FORMACIÓN RECIBIDA

Se acude a una formación sobre el cambio de legislación para realizar campamentos, puesto que desde la Asociación cada año se programa uno de estos campamentos.

Se acude al primer congreso nacional de cuidadores familiares y profesionales organizado por Cocemfe en Burgos.

Burgos acoge el I Congreso Nacional de Cuidadores Familiares y Profesionales

OTROS

VII CONCURSO DE POSTALES DE NAVIDAD

Como otros años se realiza un concurso de postales. Desde hace tres años se ha cambiado el formato de dibujo a fotografía.

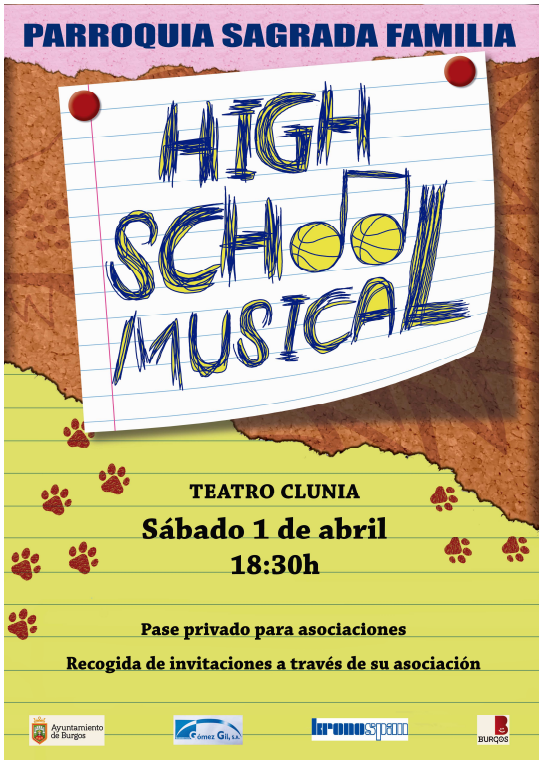
Casi no se presentan personas a este concurso.

Cartel informativo

Postal ganadora¡

MUSICAL SAFA

Desde la Asociación de la Sagrada Familia nos invitan con varias entradas a disfrutar de su musical junto a otras asociaciones. Acuden un total de 40 personas perteneciente a Apacid.



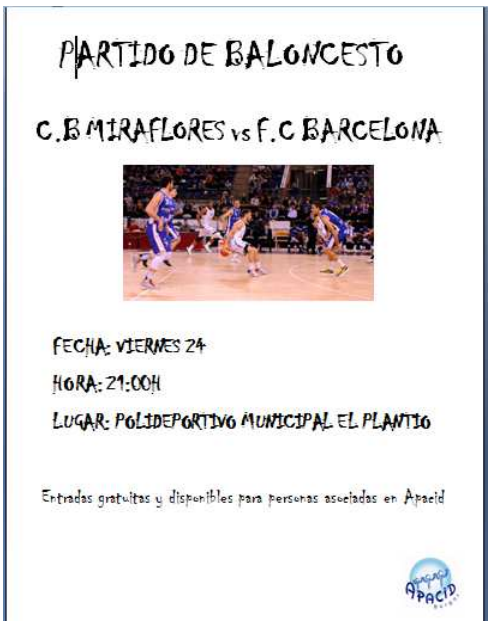
MUESTRA DE ARTES ESCÉNICAS GERENCIA DE SERVICIOS SOCIALES

- El 29 de noviembre se realizó la Muestra de Artes escénicas de personas con discapacidad organizada por la Gerencia de Servicios Sociales de Burgos.
- Desde Apacid se participó con una actuación del grupo de danzaterapia.

EVENTOS DEPORTIVOS

La Fundación Caja de Burgos durante el año nos ha dado entradas para participar en diferentes eventos deportivos:

- Partidos de Fútbol / Partidos de Baloncesto / Partidos de Balonmano



PUBLICACIONES

Revista H+

TORNEO SOLIDARIO A FAVOR DE APACID

APACID es una asociación que trabaja por y para personas con discapacidad intelectual y sus familias en Burgos.

Es el tercer año consecutivo que organizan un Torneo Solidario de baloncesto y fútbol sala y la tercera vez que un equipo de Johnson Controls participa. Como novedad, este año los equipos han sido mixtos con compañeros de la planta y usuarios de APACID.

A pesar del frío que hizo el domingo 3 de diciembre el evento fue todo un éxito y todas las personas que participaron lo pasaron genial cumpliéndose el objetivo de juntar en un mismo espacio, inclusión, deporte, dar a conocer la discapacidad, compañerismo y mucha diversión.

Muchas gracias a todos los que han apoyado esta iniciativa, tanto a los que participaron jugando al baloncesto, como a los voluntarios que ayudaron en la organización.

Revista 12 voltios VARTA . Jonshons Controls

REDES SOCIALES

Se mantiene en activo la participación en redes sociales especialmente en facebook

Facebook

Twitter

Blog

MEDIOS DE COMUNICACIÓN

De todas las actividades que realiza la Asociación que puedan ser relevantes para la ciudadanía se traslada la información a los medios de comunicación. En varias ocasiones se ha participado en entrevistas de radio y publicaciones en prensa. Con motivo de la Mototerapia se acudió al programa televisivo de Canal 8.